

干しかレイの華麗なベーグル



材料（4人分、ベーグル8個）

| | |
|---------|-------|
| 強力粉 | 400g |
| 砂糖 | 6g |
| 塩 | 12g |
| ドライイースト | 6g |
| 水 | 220cc |
| かレイ | 4枚 |
| プロセスチーズ | 適量 |
| ごま | 適量 |
| 黒コショウ | 適量 |
| はちみつ | |

※茹でる水はお鍋いっぱい

- 1 強力粉に砂糖・塩・ドライイーストを加え、菜ばしで軽く混ぜる
- 2 混ぜた1の真ん中にくぼみを作り、水を3回くらいに分けて混ぜる
- 3 ひとつかたまりになるまで捏ねて、ごまを適量混ぜる
- 4 3を8等分にし、丸めて濡れ布巾をかぶせて5分ほど寝かせる
- 5 かレイは焼いて、身をほぐしておく。オーブンを210度に温める
プロセスチーズは5ミリ角に切っておく
鍋でお湯を沸かしておく（はちみつを入れる※砂糖でもよい）
- 6 4の生地を手のひらで平らにのばし、かレイ、チーズ、荒い黒コショウをのせる
手前からクルクルと生地で具材を巻き込んでいき、ドーナツ型にする
濡れ布巾をかぶせて少しねかせる
- 7 5で沸かしたお湯に6を入れ、片面30秒くらい茹でる
- 8 水分を軽く拭き取り、オーブンで15～20分焼く